

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 20
Азисов М.С.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 20

на 3 сентября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	125	66-43	6	5	8	107	№488-2004
Рис отварной	150	23-07	4	6	39	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	14-59	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		107-70	13	11	100	555	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	225	47-83	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-59	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Сдоба Выборгская	50	31-67	3	3	28	154	
Итого :		107-70	27	38	58	734	

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	120	58-91	7	6	9	119	№488-2004
Рис отварной	180	26-98	5	7	47	270	№ 511-2004
Компот из ягод	200	14-59	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	50	7-22	2	-	11	51	
Итого :		107-70	15	13	109	612	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	225	47-83	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	18-48	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	50	7-22	2	-	11	51	
Сдоба Выборгская	70	34-17	3	3	28	154	
Итого :		107-70	27	38	58	734	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	10-64	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	31-02	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное с соусом	130	60-91	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-63	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	14-59	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	43	40	115	998	

Зав. производством:

Калькулятор:

Ответственный за питание: